

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous



Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

By Floriane

Si estás buscando una **ruta de senderismo de 3 días por los Pirineos**, apta para senderistas principiantes o de nivel medio, este recorrido por el Pic du Midi d'Ossau es una opción estupenda.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

A mediados de junio, me fui con cuatro amigas a hacer una ruta de tres días por los **Pirineos del Bearn**. El plan: dos noches en un refugio, un montón de lagos, marmotas, un poco de nieve y unos paisajes de montaña absolutamente magníficos.

En este artículo te cuento **nuestra ruta**, las distancias que recorrimos, nuestra experiencia en los refugios de Pombie y Ayous, nuestro presupuesto y los principales consejos que me hubiera gustado saber antes de salir.

Sommaire détaillé

- [Nuestra ruta de senderismo por el Pic du Midi d'Ossau, en resumen](#)
 - [Nuestro nivel antes de esta excursión](#)
- [¿Dónde puedes quedarte a dormir antes o después de la ruta de senderismo?](#)

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

- [Alargar tu estancia en Laruns después de la ruta de senderismo](#)
- [¿Dónde se puede aparcar para esta ruta de senderismo?](#)
- [Día 1: de Biouss-Oumettes al refugio de Pombie](#)
 - [Una subida gradual, pero una primera jornada larga](#)
 - [Lo que más nos ha gustado hoy](#)
- [Dormir en el refugio de Pombie: mi experiencia](#)
 - [Presupuesto que hay que prever para el refugio de Pombie](#)
- [Día 2: del refugio de Pombie al refugio de Ayous](#)
 - [Una sucesión de lagos y marmotas](#)
 - [Seguir adelante con un fuerte dolor en la rodilla](#)
 - [Dormir en el refugio de Ayous: nuestro refugio favorito](#)
 - [Un ambiente genial](#)
 - [Un refugio ideal para familias](#)
- [Día 3: vuelta al aparcamiento, con la opción de subir al Pic d'Ayous](#)
 - [La ruta por el Pic d'Ayous](#)
 - [Mi descenso directo hacia Biouss-Oumettes](#)
- [¿En qué dirección se hace esta ruta de senderismo?](#)
 - [Las ventajas de nuestra ruta de senderismo](#)
 - [Lo que hay que tener en cuenta](#)
- [¿Qué nivel necesitas para hacer esta ruta de senderismo?](#)
- [¿Qué presupuesto hay que prever para tres días?](#)
- [¿Qué equipo hay que llevar?](#)
 - [Te recomiendo encarecidamente que uses un registro GPS](#)
 - [Hay muy pocos enchufes](#)
- [Lo que me hubiera gustado saber antes de irme](#)
 - [El refugio de Pombie es realmente rústico](#)
 - [Hay pocos enchufes](#)
 - [El primer día lleva su tiempo](#)
 - [Puede que el aparcamiento esté lleno](#)
 - [Un problema físico puede alterar el programa](#)
- [Mi opinión sobre esta ruta de senderismo por el Pic du Midi d'Ossau](#)

Nuestra ruta de senderismo por el Pic du Midi d'Ossau, en resumen

- **Duración:** 3 días y 2 noches
- **Periodo:** mediados de junio

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

- **Salida y llegada:** aparcamiento de Bioux-Oumettes
- **Noches:** Día 1 en el refugio de Pombie y Día 2 en el refugio de Ayous
- **Reserva:** imprescindible; lo mejor es hacerla con varias semanas de antelación
- **Distancia:** unos 33 km
- **Presupuesto:** unos 150 €
- **Dificultad:** moderada, para senderistas acostumbrados a jornadas largas y a los desniveles
- **Puntos de agua:** avituallamiento en los refugios

Hoteles cercanos para antes o después de la ruta de senderismo (a unos 20 km del punto de partida)

- [Hotel d'Ossau: información y reservas](#)
- [Villa Le Clos - información y reservas](#)

Etapas	Distancia	Desnivel positivo	Tiempo de marcha
Bioux-Oumettes → refugio de Pombie	Unos 8 km	Unos 800 m	4 h 30
Refugio de Pombie → refugio de Ayous	14,88 km	881 m	5 h 10
Refugio de Ayous → Bioux-Oumettes, pasando por el pico de Ayous	Unos 10 km	365 m	3 h

Las duraciones no se pueden comparar directamente: el primer día corresponde al tiempo total que pasamos allí, incluyendo las pausas, mientras que los datos de los días 2 y 3 se basan en el tiempo de desplazamiento registrado por el reloj.

Nuestro nivel antes de esta excursión

Éramos cinco treintañeras con un **nivel moderado de senderismo**. Ya habíamos hecho rutas de varios días con pernoctaciones en refugios, pero no todas hacíamos deporte con regularidad.

Por mi parte, había dado a luz hacía nueve meses. Había vuelto a correr y había hecho ejercicios de fortalecimiento muscular, pero aún no me sentía en plena forma.

Esta preparación me ayudó y mi mochila pesaba muy poco. Aun así, empecé a sentir un fuerte dolor en la rodilla durante el segundo día.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi
d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

¿Dónde puedes quedarte a dormir antes o después de la ruta de senderismo?

Pasamos la noche en Burdeos, en casa de mi hermana, antes de irnos a los Pirineos a la mañana siguiente.

□ Ahora que lo pienso, te recomiendo más bien que pases la noche en **Laruns**, que está a unos **18 km y a 20 minutos en coche del aparcamiento de Bioussoumettes**.

Basta con pasar una sola noche antes de la ruta de senderismo. El objetivo es, sobre todo, evitar tener que pasar varias horas en el coche antes de la primera etapa, preparar las mochilas con calma y poder empezar a caminar lo suficientemente temprano.

Los refugios **suelen** preferir **que los excursionistas lleguen sobre las 18:00**, ya que la cena se sirve sobre las 19:00. Así que pasar la noche en Laruns te da un poco de margen por si te das un descanso más largo, hay tráfico o avanzas más despacio de lo previsto.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Aquí tienes dos opciones de alojamiento en Laruns:

- **[Hotel d'Ossau](#)**: ideal para pasar una noche antes de salir, este hotel familiar tiene varias habitaciones dobles, habitaciones con dos camas y habitaciones familiares. Te ofrecen un desayuno antes de salir.

Está a unos **18 km del aparcamiento de Bious-Oumettes**, lo que supone unos **20 minutos en coche**. Su ubicación céntrica también te permite hacer algunas compras o comprar algo para picar antes de subir a la montaña.

☐ **[Ver la disponibilidad del Hotel d'Ossau](#)**

- **[Villa Le Clos](#)**: una buena opción para un grupo pequeño, ya que es un piso con dos habitaciones, un salón, una cocina equipada, un baño y una terraza con vistas a las montañas.

En la cocina puedes prepararte la cena, el desayuno o los últimos tentempiés antes de la ruta de senderismo.

Al igual que el Hôtel d'Ossau, la Villa Le Clos está a unos **18 km y a 20 minutos en coche del aparcamiento de Bious-Oumettes**.

☐ **[Ver la disponibilidad de Villa Le Clos](#)**

☐ **Alargar tu estancia en Laruns después de la ruta de senderismo**

Laruns también puede ser un buen punto de partida para quedarte unos días en el valle después de la ruta de senderismo.

Después de tres días de caminata, podrás descansar, disfrutar de los restaurantes y tiendas del pueblo o descubrir otros lugares del valle de Ossau a un ritmo más tranquilo.

¿Dónde se puede aparcar para esta ruta de

senderismo?

Hay dos aparcamientos desde los que puedes llegar a la zona del lago de Bious-Artigues:

- **El aparcamiento de Bious-Artigues**, situado a orillas del lago: 8 € para aparcar durante el día
- **El aparcamiento de Bious-Oumettes**, que está un poco más abajo: 5 € por aparcar un coche mientras haces una ruta de varios días

El aparcamiento de Bious-Oumettes está a unos **1 km del lago de Bious-Artigues**. Hay que subir unos **120 metros de desnivel** para llegar al lago y al punto de partida real de las rutas principales.

Llegamos un jueves y no tuvimos ningún problema para encontrar sitio. En cambio, cuando volvimos el sábado sobre el mediodía, el aparcamiento estaba lleno y las opciones para aparcar cerca eran muy limitadas.

Así que hay que **prepararse para su llegada, sobre todo los fines de semana**, durante las vacaciones y cuando hace buen tiempo. La zona es el punto de partida de varias rutas de senderismo muy frecuentadas tanto por turistas como por los vecinos del valle.

□ Aparcamiento

- Aparcamiento de Bious-Oumettes.
- 5 € por la estancia, a pagar en efectivo
- Añade más o menos 1 km y 120 m de desnivel para llegar al lago.
- Ven pronto el fin de semana.
- Se permite aparcar, pero no pasar la noche en el coche ni en una tienda de campaña.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi
d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Día 1: de Bious-Oumettes al refugio de Pombie

Tiempo: soleado

Distancia: unos 8 km

Desnivel positivo: unos 800 metros

Duración: 6 h 30 min, incluyendo las paradas

Alojamiento: refugio de Pombie

Nuestro reloj tuvo un problema durante este primer día y solo registró una pequeña parte del recorrido. Así que los datos que muestran 3,24 km y 451 metros de desnivel positivo no corresponden a toda la etapa.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Una subida gradual, pero una primera jornada larga

Nuestra impresión: el primer día fue muy agradable y la subida fue poco a poco. Después de hacer un picnic en el lago de Bioux-Artigues, seguimos hacia el refugio de Pombie, tomándonos nuestro tiempo para disfrutar de los paisajes.

La distancia no era muy grande, pero las paradas, las fotos, el picnic y el ritmo del grupo explican por qué tardamos 6 horas y media en hacer el recorrido. Como en el refugio querían que llegáramos sobre las 18:00 para cenar a las 19:00, no teníamos mucho margen.

Lo que más nos ha gustado hoy

- **Nuestras primeras marmotas:** presta atención a los silbidos que resuenan en los valles, porque a menudo te ayudan a localizarlas.
- **Los campos de nieve que aún quedaban a mediados de junio:** con el cielo azul, le daban al paisaje un auténtico ambiente de alta montaña.
- **Las vistas al llegar:** el refugio de Pombie está en un paraje espectacular, a los pies del Pic du Midi d'Ossau.

⚠ **Sal con suficiente antelación.** Aunque el sendero no nos pareció técnicamente difícil, hay que tener en cuenta el trayecto en coche, el aparcamiento de abajo, las paradas y la hora de llegada que pide el refugio. Esa es la razón principal por la que te recomiendo que duermas cerca del punto de partida la noche anterior.

Las condiciones pueden variar mucho de un año a otro. Antes de salir a mediados de junio, infórmate en los refugios y consulta las condiciones más recientes. Un tramo que te haya resultado fácil durante nuestra estancia puede volverse más complicado si hay más nieve, niebla o el tiempo no acompaña.

Dormir en el refugio de Pombie: mi experiencia

El refugio de Pombie está en un **lugar increíble, justo al pie del Pic du Midi d'Ossau**. Las vistas de las montañas son impresionantes y llegar al refugio compensa con creces el esfuerzo del día.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Los aspectos positivos

Un lugar increíble

Una comida caliente muy buena

Un ambiente muy acogedor

Puedes rellenar las botellas

Unas vistas magníficas al despertarte

Aspectos a tener en cuenta

Un refugio mucho más rústico de lo que me imaginaba

Una gran cama compartida en lugar de colchones individuales

Las camas son bastante básicas

No hay duchas, solo lavabos individuales

Grandes cambios de temperatura durante la noche

Hay muy pocos enchufes

Éramos cinco y dormimos en una especie de **colchón grande compartido**, en lugar de en un colchón individual para cada uno. No se dormía especialmente cómodo.

La cena, en cambio, fue una sorpresa estupenda. Comimos una especie de guiso caliente, abundante y realmente buenísimo: justo el tipo de comida que nos apetecía después de este primer día.

Presupuesto que hay que prever para el refugio de Pombie

Pagamos unos **50 € por persona**, que incluían:

- la noche en el refugio;
- la cena;
- el desayuno.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi
d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Día 2: del refugio de Pombie al refugio de Ayous

Distancia: 14,88 km

Desnivel positivo: 881 metros

Tiempo de marcha: 5 h 10

Puntos destacados: puerto de Peyreget, lago de Peyreget, puerto de los Monjes y lago de Bersau

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Una sucesión de lagos y marmotas

♥ Este segundo día fue el más bonito de toda la estancia.

Desde el refugio de Pombie, seguimos la ruta hacia el **puerto de Peyreget**, antes de bajar hacia el **lago de Peyreget** y las cabañas del valle. Después llegamos a la zona del **puerto de los Monjes**, desde donde se disfruta de unas vistas despejadas de los Pirineos franceses y españoles, y luego a los **lagos de Castérau y Bersau**. La última parte del recorrido nos llevó hasta el refugio de Ayous, situado frente al lago de Gentau.

Nos hemos guiado sobre todo por nuestra ruta de GPS. El recorrido estaba claro dadas las condiciones que nos encontramos, pero algunos cruces pueden resultar menos evidentes: **es mejor que te descargues el mapa sin conexión antes de salir.**

El día estuvo marcado por una sucesión de paisajes de montaña y lagos. Con sus aguas cristalinas y su entorno rocoso, el **lago Bersau** fue uno de nuestros tramos favoritos.

También vimos varias marmotas. Estaban lo bastante cerca como para poder observarlas sin salir del sendero.

Seguir adelante con un fuerte dolor en la rodilla

El dolor de rodilla me empezó a la mitad de ese segundo día, durante un descenso.

Me las apañé para seguir adelante usando los bastones, bajando el ritmo y cambiando cómo apoyaba los pies. Sobre todo, intentaba apoyar más el peso en los talones. La fuerza mental también fue clave para llegar al refugio.

Los bastones me han venido muy bien. Te los recomiendo para todo el recorrido, sobre todo en los descensos con la mochila llena.

Sin embargo, no debes ignorar un dolor intenso. Tienes que ser capaz de adaptar tu rutina, dejar de hacer un ejercicio o pedir ayuda cuando la situación lo requiera.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

En mi caso, ese dolor me hizo cambiar el plan del tercer día y dejar de lado el Pic d'Ayous.

Dormir en el refugio de Ayous: nuestro refugio favorito

Después del ambiente tan rústico de Pombie, llegar al refugio de Ayous supuso un auténtico cambio de ambiente.

♥ El refugio está a **orillas del precioso lago Gentau**, frente al Pic du Midi d'Ossau. Las vistas del lago y de las cumbres de los alrededores son impresionantes.

Dormimos en un dormitorio compartido para unas 15 personas. Esta vez, cada uno tenía su propia cama. La ropa de cama y los baños estaban muy limpios y, en general, nos pareció mucho más cómodo, casi como un albergue de montaña.

Un ambiente genial

La acogida del equipo fue genial. Antes de la cena, los guardas se tomaron un rato para explicarnos cómo funciona el refugio y dar algunas indicaciones a todos los excursionistas. Este pequeño momento juntos contribuye de verdad al ambiente de una velada en la montaña.

Nuestro paquete incluía:

- **la cena:** un plato tipo guiso;
- **El desayuno:** pan y mermelada;
- **El picnic:** una ensalada, un puré de fruta y un pastel.

Habíamos reservado y pagado directamente por internet. El precio era de unos **60 € por persona**, e incluía el alojamiento, la cena, el desayuno y el picnic del día siguiente.

Entre la comodidad, la limpieza, la acogida, la comida y las vistas, el refugio de Ayous fue, sin duda, nuestro favorito.

Un refugio ideal para familias

□ Había varios niños pequeños durmiendo en el refugio cuando pasamos por allí. Me

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

entraron ganas de volver con mi hija de 7 años para pasar dos o tres noches y descubrir las rutas de los alrededores haciendo excursiones de un día.

Desde el lago de Bioux-Artigues, el acceso al refugio de Ayous sigue la ruta GR10 y pasa, entre otros, por los lagos de Roumassot, Miey y Gentau. El refugio describe esta subida como una ruta de unas 2 h 30 - 3 h, apta para familias acostumbradas a caminar, con casi 600 metros de desnivel positivo.

El equipo nos contó que solían recorrer ese sendero con frecuencia para llevar provisiones y material. El refugio no está conectado con ninguna carretera y el helicóptero solo es una opción puntual, sobre todo por lo caro que sale.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Día 3: vuelta al aparcamiento, con la opción de subir al Pic d'Ayous

La tercera mañana, nos separamos nada más salir del refugio. Mis cuatro amigas decidieron subir al Pic d'Ayous antes de volver al aparcamiento. A mí me seguía doliendo la rodilla, así que preferí bajar directamente por la ruta clásica.

La ruta por el Pic d'Ayous

Distancia total: unos 10 km

Desnivel positivo: 365 metros

Tiempo de recorrido: 2 h 49

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi
d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Tiempo extra para la cima: aproximadamente 1 h 30 ida y vuelta

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

A mis amigas les pareció que subir al Pic d'Ayous fue muy fácil. Volvieron a ver marmotas y, según ellas, las vistas desde la cima merecen mucho la pena.

Te recomendamos que dejes tu mochila en el refugio durante la ida y vuelta, y que la recojas antes de bajar.

Así que la cima es una opción genial para terminar la ruta, siempre que el tiempo y tu forma física lo permitan.

Mi descenso directo hacia BiOUS-Oumettes

Por mi parte, me fui sola por la ruta clásica. Desde el refugio, el sendero baja primero hacia el lago Gentau y luego bordea los lagos de Miey y Roumassot. A continuación, sigue las señales **rojas y blancas del GR10** a través del bosque hasta el puente de BiOUS y el lago de BiOUS-Artigues.

Desde el lago, por fin solo quedaban unos 2 km de bajada hasta llegar al aparcamiento de BiOUS-Oumettes. La rodilla me seguía doliendo, así que caminé despacio con mis bastones, sin intentar mantener mi ritmo habitual.

No voy a dar una distancia concreta de mi ruta personal, porque el trazado completo que he grabado es el recorrido que hicieron mis amigas, que incluye el Pic d'Ayous.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi
d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

¿En qué dirección se hace esta ruta de senderismo?

Hicimos la ruta circular en el sentido Bioux-Oumettes, Pombie, Ayous y luego de vuelta a Bioux-Oumettes porque el refugio de Ayous estaba lleno para nuestra primera noche.

Las ventajas de nuestra ruta de senderismo

- Hemos terminado con **el refugio más cómodo**.
- El nivel de dificultad de la etapa entre los dos refugios es, en general, similar en ambos sentidos.
- El **Pic d'Ayous seguía siendo** una opción para la última mañana.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

- El último día continuaba con un descenso clásico y muy transitado hacia los lagos.

Lo que hay que tener en cuenta

En este sentido, hay que llegar a Pombie el primer día y respetar la hora de llegada que te pide el refugio. La jornada no fue técnicamente difícil para nosotros, pero el trayecto de la mañana, los 2 km extra desde Bioux-Oumettes y las paradas pueden reducir rápidamente el margen de tiempo disponible.

Mi opinión: me encantaría volver a hacer la ruta en el mismo sentido, pero pasando la noche anterior en Laruns o en Gabas para poder empezar más temprano y más descansada.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi
d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

¿Qué nivel necesitas para hacer esta ruta de senderismo?

El recorrido no presentaba ninguna dificultad técnica importante en las condiciones en las que lo hicimos. Sin embargo, no es un paseo que se pueda hacer sin preparación previa.

Tienes que ser capaz de:

- caminar varias horas al día;
- encadenar tres días seguidos;
- recorrer hasta unos 900 metros de desnivel positivo en un día;
- llevar tus cosas durante varios días;

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

- seguir una ruta GPS y estar atento a los desvíos;
- aceptar las comodidades limitadas de los refugios de montaña.

Antes de salir, unas cuantas excursiones de un día con la mochila cargada pueden ayudarte a preparar las piernas, la espalda y los hombros.

¿Qué presupuesto hay que prever para tres días?

Nos gastamos unos **150 € por persona en la ruta de senderismo, sin contar el transporte hasta el valle.**

Gasto	Importe aproximado
Refugio de Pombie con cena y desayuno	Unos 50 €
Refugio de Ayous con cena, desayuno y comida para llevar	Unos 60 €
Aparcamiento de Bioux-Oumettes	5 €
Aperitivos y gastos adicionales	Entre 30 y 40 € más o menos
Total	Unos 150 €

El presupuesto variará en función de las comidas que te lleves, las tarifas que apliquen los refugios en el momento de tu estancia y tu lugar de salida. También hay que añadir una posible noche en Laruns o en Gabas.

Para los turnos de mediodía 1 y 2, habíamos planeado un picnic.

¿Qué equipo hay que llevar?

Habíamos decidido llevarnos lo mínimo. Reponíamos nuestras reservas de agua en los refugios, lo que nos evitaba tener que cargar con toda el agua necesaria para los tres días.

Los bastones me parecen especialmente útiles, sobre todo para la gente que tiene problemas en las rodillas.

Voy a dedicar otro artículo a cómo preparar la mochila, con la ropa que nos llevamos, el material para dormir en el refugio, los dispositivos electrónicos y las cosas que al final podríamos haber dejado en casa.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

Para esta ruta de senderismo, te recomiendo como mínimo:

- zapatillas de senderismo que ya hayas usado;
- dos palos;
- una sábana para dormir o un saco de dormir;
- una chaqueta impermeable;
- una capa de calor;
- protección solar;
- un botiquín de primeros auxilios;
- una batería externa;
- un recorrido GPS descargado sin conexión;
- suficiente agua entre dos puntos de avituallamiento.

Te recomiendo encarecidamente que uses un registro GPS

Nos hemos guiado sobre todo gracias a un track de GPS. Aunque el sendero parezca claro, te recomiendo que te descargues antes de salir:

- el recorrido completo del circuito;
- una tarjeta que se puede usar sin conexión;
- las posibles variantes;
- la ubicación de los refugios;
- los principales puntos de paso.

No debes depender solo de la red de telefonía, que puede fallar en la montaña. Asegúrate también de tener suficiente batería para consultar el mapa al final del día.

Hay muy pocos enchufes

Las opciones para recargar eran limitadas. Cuando estuvimos por allí, solo había cuatro enchufes disponibles para los campistas y los excursionistas.

- una batería externa con suficiente capacidad;
- un cargador con varios puertos USB o USB-C;
- quizá una pequeña batería solar;
- los mapas y las rutas GPS descargadas sin conexión.

□ Un cargador que te permite conectar varios móviles a una sola toma de corriente

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

es especialmente útil cuando viajas en grupo.

Lo que me hubiera gustado saber antes de irme

El refugio de Pombie es realmente rústico

Sabía que no habría ducha y que las comodidades serían escasas. Sin embargo, no me esperaba una cama tan grande para compartir ni una ropa de cama tan básica.

Hay pocos enchufes

Un cargador con varios puertos USB-C y una buena batería externa te vienen muy bien.

El primer día lleva su tiempo

Hay que tener en cuenta la distancia desde el aparcamiento de abajo, las numerosas paradas, las fotos y la comida. Como queremos llegar sobre las 18:00, salir tarde nos deja poco margen.

Puede que el aparcamiento esté lleno

El jueves no tuvimos ningún problema. El sábado a mediodía, el aparcamiento de Bious-Oumettes estaba lleno.

Un problema físico puede alterar el programa

El dolor de rodilla me ha impedido subir al Pic d'Ayous. Hay que aceptar renunciar a una variante antes que correr un riesgo innecesario.

Mi opinión sobre esta ruta de senderismo por el Pic du Midi d'Ossau

A pesar del dolor de rodilla, guardo muy buenos recuerdos de esos tres días.

Los neveros que aún quedan a mediados de junio, los lagos, las marmotas, las vistas al Pic du Midi d'Ossau y las noches en el refugio te hacen sentir de verdad que estás viviendo una pequeña aventura.

Excursión de 3 días por los Pirineos alrededor del Pic du Midi d'Ossau: nuestro recorrido entre Pombie y Ayous

La segunda jornada entre Pombie y Ayous fue probablemente mi momento favorito. Los paisajes se suceden sin pausa y llegar al refugio de Ayous, frente al lago, compensa con creces todo el esfuerzo.

Volvería a hacer esta ruta circular en el mismo sentido, pero esta vez dormiría en Gabas o en Laruns la noche anterior. Así podría empezar temprano, bien descansada, y disfrutar con más tranquilidad de la primera etapa.

El Pic d'Ayous es, sin duda, una opción estupenda para terminar la escapada. Aunque yo no pude subir, mis amigas volvieron encantadas con las vistas y con las marmotas que se encontraron por el camino.

Hoteles cercanos para antes o después de la ruta de senderismo (a unos 20 km del punto de partida):

- [**Hotel d'Ossau: información y reservas**](#)
- [**Villa Le Clos - información y reservas**](#)

No dudes en dejarnos un **comentario** o **5 estrellas** aquí abajo para decirnos si tienes pensado hacer esta ruta o para hacernos cualquier pregunta. También puedes escribirnos en [Instagram](#).

Donnez une note à cet article :
0 avis (0/5)

Merci de partager notre article :

- [Compartir en X \(Se abre en una ventana nueva\) X](#)
- [Comparte en Facebook \(Se abre en una ventana nueva\) Facebook](#)
- [Haz clic en Pinterest \(Se abre en una ventana nueva\) Pinterest](#)
- [Compartir en WhatsApp \(Se abre en una ventana nueva\) WhatsApp](#)
- [Más](#)